

Arolla

Organisateur Xavier L ([contact via KiFaiKoi](#))

Du samedi 4 avril au dimanche 5 avril 2020

Niveau physique: soutenu, niveau technique : $\Delta\Delta$ itinéraire peu difficile

Raquettes itinérante, hébergement refuge, transport : car couchettes, accord obligatoire

Participation aux frais : 209 euros transport inclus, nb de places : 8 organisateur compris

Validation des inscriptions : 10 décembre 2019

Deux journées de raquettes sur la Haute Route Chamonix-Zermatt.

Programme

Vendredi 3 avril :

Départ avec le car couchettes des skieurs de randonnée, RDV 21h15 porte d'Orléans.

Samedi 4 avril :

Départ d'Arolla en Suisse (2000 m), montée vers le pas de Chèvres (2854 m), 30 mètres avec des échelles et on descend [vers le barrage de la grande Dixence](#), la Barme (2457 m), col des Roux (2803 m).

Nuitée au refuge de PraFleuri.

Les chiffres : 13 km, + 1300 m , - 580 m



Dimanche 5 avril :

Descente par la combe de PraFleuri puis le formidable mur du barrage (285 m!) avant de suivre la Dixence jusqu'à Mâche (1300 m).

Les chiffres : 11 km, + 0 m, -1350 m

Lundi 6 avril :

Retour sur la porte d'Orléans, 5h30.



Équipement

Sécurité :

Ensemble DVA (avec piles neuves) + pelle + sonde

Matériel obligatoire. Le Club peut vous le fournir moyennant une contribution. Prévenez le secrétariat à l'avance et emportez un jeu de 4 piles "bâtons" 3A. Dans le cas où ce matériel serait épuisé au Club, il faudrait aller en louer à La Haute Route, 33 Bd Henri IV, 75004 Paris, tél : 01 42 72 38 43.

Vêtements :

Casquette chaude ou bonnet, 1ère couche haut (sous-vêtement techniques), 2ème couche haut (polaire), 3ème couche haut (veste imperméable), gants (deux paires : une légère et une grosse), 1ère couche bas (sous-vêtement type carline), 2ème couche bas (pantalon imperméable), chaussettes (grosses), chaussures de montagne imperméables, guêtres ou sursac chaussures, chaussons (pour l'hébergement).

Matériel : sac à dos 30 litres (permettant d'y fixer les raquettes), raquettes à neige, bâtons de marche avec rondelles neige, lampe frontale.

Petite protection : lunettes de soleil, crème solaire, protège-lèvres, petite pharmacie personnelle.

Toilette : trousse de toilette, serviette.

Boire, manger : gourde, pique-niques du midi, en-cas énergétiques.

Divers : drap-sac , couverture de survie , sifflet, mobile, carte d'identité, carte CAF, carte européenne de protection sociale, espèces, carte bancaire.

Le poids est l'ennemi du raquetteur, visez un poids hors liquide de 8 kilos.

Participation aux frais

La participation aux frais comprend : le transport, l'hébergement avec petit déjeuner et dîner, la contribution aux frais de fonctionnement du club, une participation aux frais de l'organisateur. Il ne comprend pas : les repas de midi, boissons et en-cas divers, la location éventuelle de matériel, le repas du dimanche soir. Ce budget ne pouvant être qu'estimatif, les comptes seront soldés individuellement à la fin de la sortie.

Inscription

Dès la parution de cette fiche, vous pouvez faire une demande d'inscription. Cette demande ne sera prise en compte qu'après votre règlement (ou un premier versement) selon les règles de priorité définies par le club si le nombre de demandes est supérieur au nombre de places disponibles. [Vous pouvez consulter les règles de remboursement en cas d'annulation et souscrire une assurance annulation lors de votre demande d'inscription.](#)

Transport

Nous utilisons un car couchettes de l'activité ski de randonnée, ce car peut être détourné voir annulé suivant les conditions d'enneigement. En cas d'annulation vous serez remboursé (sauf les frais de réservation).

Vous voulez davantage de précisions ?

Les informations générales concernant les niveaux, les modalités d'inscription [sont disponibles sur le site internet du club](#) ou auprès du secrétariat.

À bientôt !

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Rédigé en octobre 2019